

1. Vorbereitung

Die Vermittlung meines Praktikums verlief über die studentische Organisation AIESEC, über die viele Projekte in verschiedensten Ländern ausgeschrieben werden. Nach einer Registrierung kann man sich unverbindlich Projekte ansehen, die meist zwischen sechs und acht Wochen dauern, und man zahlt erst eine Gebühr nach der erfolgreichen Vermittlung. Diese Gebühr beträgt 400€ und inkludiert meistens die Unterkunft im Gastland sowie ein Vorbereitungsseminar. Sowohl im Heimatland als auch im Gastland bietet AIESEC eine bestimmte Kontaktperson, an die man sich bei Fragen und Problemen wenden kann und kümmert sich um die Unterkunft im Gastland.

Ich persönlich wollte gezielt nach Indien, weil ich schon lange eine Faszination für dieses Land habe und weil für Projekte dort nur englische Sprachkenntnisse gefordert sind und nicht spanische, wie es beispielsweise in südamerikanischen Ländern der Fall ist.

Als ein Problem stellte sich heraus, dass die indischen Projekte eher kurzfristig (ca. einen Monat im Vorfeld) ausgeschrieben werden, ein Auslandspraktikum aber eigentlich schon ein halbes Jahr im Voraus geplant werden sollte, besonders dann, wenn man auf finanzielle Unterstützung hofft. Aus diesem Grund war die Auswahl an Projekten für den Zeitraum, den ich geplant hatte, und für ein Tätigkeitsfeld, das innerhalb meines Studiens- und Interessensbereich liegt, nicht sonderlich groß. Ich habe trotzdem ein Projekt gefunden, das der Beschreibung nach perfekt gepasst hätte. Das Projekt war von der indischen NGO „CanKids..KidsCan“ ausgeschrieben. Es ging um die psychologische Betreuung krebskranker Kinder und ihrer Familien in Indiens Hauptstadt Neu Delhi. Aufgrund meines Psychologiestudiums wurde ich direkt für das Projekt angenommen, sodass ich mich im März 2016 um ein PROMOS-Stipendium bewerben konnte. Im April 2016 erhielt ich dann auch die Bewilligung des Stipendiums, sodass ich gezielt weiter planen konnte. Leider wurde mein Projekt eine Woche vor meinem Abflug abgesagt, jedoch wurde mir direkt ein anderes Projekt zugeteilt, wobei mir versichert wurde, dass sich das Tätigkeitsfeld nicht großartig ändern würde – statt um krebskranke Kinder sollte ich mich nun um erwachsene Krebspatienten kümmern.

2. Formalitäten

Die Visa-Beantragung für Indien stellte sich als ein wenig kompliziert heraus. Es werden viele verschiedene Unterlagen gefordert, darunter ein Einladungsschreiben der Gastorganisation, eine Bestätigung der Sendeorganisation, eine Bürgschaft der Eltern, deren Personalausweise und die eigene Geburtsurkunde. Als ich alle Unterlagen zusammen hatte und die geforderten 150€ für ein Business Visum überwiesen habe, wurde das Visum relativ schnell bewilligt und lag zur Abholung in Hamburg bereit.

Obwohl die meisten größeren Geschäfte und Restaurants mittlerweile ein Kartenlesegerät besitzen ist es in Indien absolut üblich, bar zu bezahlen. Aus diesem Grund ist es ratsam, sich eine Kreditkarte zuzulegen, mit der man dort kostenlos Bargeld abheben kann. Ich habe mich für ein Girokonto bei der DKB entschieden, die einen solchen Kreditkartenservice gratis anbietet. Ich bin damit gut zurecht gekommen und konnte bei den meisten indischen Geldautomaten Bargeld abheben.

Eine Reisekrankenversicherung habe ich bei der Süddeutschen Krankenversicherung (SDK) abgeschlossen, die einen guten Service bietet, den ich jedoch zum Glück nicht in Anspruch nehmen musste.

3. Allgemeine Informationen zum Praktikum

Im Rahmen meines Psychologiestudiums wird eine zwölfwöchige Praxiserfahrung gefordert. Sechs Wochen hatte ich bereits an anderer Stelle in Deutschland absolviert und wollte gerne den zweiten Teil mit einer Auslandserfahrung verbinden. Mein Ziel war es, ein mir unbekanntes psychologisches Tätigkeitsfeld, die Betreuung chronisch kranker Menschen, zu erfahren und zusätzlich war ich daran interessiert, wie Psychologen im Ausland arbeiten – besonders in einem Land, das in kultureller Hinsicht so anders ist als Deutschland.

Bis zum eigentlichen Beginn des Praktikums hatte ich nur Kontakt zu AIESEC-Mitgliedern in Deutschland und Indien, die mir jedoch alle Fragen im Vorfeld beantworten konnten. Zudem war der Aufgabenbereich in der Ausschreibung des Projektes recht genau beschrieben. Eine große Erleichterung war die Versicherung, dass ich bei meiner Ankunft am Flughafen in Delhi von einem AIESEC-Mitglied abgeholt werden sollte.

Leider wurde ich von AIESEC Delhi in vielerlei Hinsicht enttäuscht. Ich wurde zwar vom Flughafen abgeholt, aber erst nach zweistündiger Wartezeit. Zudem sollte ich für die Abholung einen recht hohen Betrag zahlen. Des Weiteren musste ich auch für die Unterkunft in Delhi nochmals extra Geld bezahlen, wovon ich im Vorfeld nicht in Kenntnis gesetzt wurde. Diese finanzielle Mehrbelastung hat mich jedoch nicht so sehr gestört wie die Tatsache, dass das Projekt in vielerlei Punkten nicht meinen Erwartungen entsprach. Alle Punkte, die in der Beschreibung des Projektes erwähnt sind, wurden zwar erfüllt, jedoch in weitaus geringem Umfang als angegeben. So kam es, dass ich sehr viel weniger Kontakt zu Patienten erhielt, als ich erwartet hatte. Zudem war die Zeitplanung des Projektverantwortlichen der NGO extrem kurzfristig, sodass ich oft erst ein paar Stunden vorher erfuhr, was gemacht werden und zu welchem Ort ich kommen sollte. Ich musste also ständig auf Abruf bereit sein und konnte mich in keiner Weise auf den Plan verlassen. Da ich damit sehr unzufrieden war, habe ich versucht, den Kontakt zu den Patienten eigenverantwortlich auszuweiten, da dies das Hauptanliegen meines Auslandsaufenthaltes war. Trotz hoher Motivation stieß ich hier leider auf große bürokratische Hürden, da man in indischen Krankenhäusern nur als Arzt oder Pflegekraft oder in Begleitung eines Arztes arbeiten darf. Auch freiwillige Arbeit wird nur im Rahmen einer NGO-Tätigkeit oder unter Aufsicht eines Arztes gestattet. Wie bereits erwähnt, wurde ich von den Verantwortlichen der NGO Sai Baba Sansthan, bei der ich mein Praktikum absolvierte, in dieser Hinsicht nicht unterstützt.

Als ein weiteres Problem stellte sich die Sprachbarriere heraus. Sehr viele Inder der jüngeren Generation sprechen fließend Englisch. Ältere Menschen und Menschen mit geringem Einkommen – die den Großteil der Patienten in den Krankenhäusern darstellen - sprechen dagegen meistens nur Hindi. Zu meinem Glück erschien nach zwei Wochen als neue Praktikantin eine Engländerin mit indischen Wurzeln, die Hindi sprechen konnte. Wir fanden zusammen einen Arzt außerhalb der NGO, der uns mehr Patientenkontakte ermöglichte.

Meine Tätigkeitsfelder waren folgende:

- **Betreuung von Krebspatienten**
- **Vorträge in Schulen**

Je nach technischer Ausstattung der Schule habe ich mit anderen Freiwilligen Plakate oder Powerpoint Präsentationen mit Informationen zu verschiedenen Krankheitsbildern vorgestellt. Der Vortrag ging immer einher mit dem Appell an die Kinder und Jugendlichen, das neu gewonnene Wissen an ihre Eltern und Verwandte weiter zu tragen. Es war interessant zu sehen, wie unsere Vorträge aufgefasst wurden. Oftmals hatte ich den Eindruck, dass die Begeisterung über den Besuch von Ausländern schwerer wog als das Interesse an den Inhalten des Vortrags.

- **„Cancer Walk“**
Eine weitere Maßnahme zur Stärkung des Bewusstseins für Krebserkrankungen und deren Bekämpfung stellte der „Cancer Walk“ dar, den die Freiwilligen von der NGO *Sai Baba Sansthan* in Kooperation mit einer Schule für Krankenschwestern (R. R. School and College for Nursing) organisierte und durchführte. Es handelte sich dabei um eine Straßendemonstration durch eine Vorstadt von Neu Delhi.
- **Umfragen**
Zu meinem Arbeitsfeld bei der NGO gehörte außerdem die Durchführung mehrerer Umfragen zu verschiedenen Krankheitsbildern mit dem Ziel, einen Eindruck dessen zu gewinnen, wie gut die allgemeine Bevölkerung in Delhi über die Krankheiten informiert ist. Eine große Hürde war hier die Sprachbarriere, denn nur die jüngeren und gebildeteren Bevölkerungsschichten sprechen Englisch, sodass die Umfragewerte kaum repräsentativ sind.

4. Unterkunft

Bei der durch AIESEC vermittelten Unterkunft handelte es sich um ein privates Apartment im Süden Neu Delhis. Ich habe mir ein Zimmer mit drei weiteren Freiwilligen geteilt und insgesamt wurden zehn Freiwillige in der Wohnung untergebracht. Für indische Verhältnisse war die Wohnung recht passabel und mit den häufigen Strom- und Wasserausfällen konnte ich mich arrangieren. Nur der Preis von umgerechnet fast 200€ für sechs Wochen erscheint mir im Nachhinein sehr viel, da man in Indien für deutlich weniger Geld in einem guten Hostel wohnen kann. Einige Freiwillige, für die der Zustand der Wohnung nicht akzeptabel war und die sich deshalb eine andere Unterkunft suchten, hatten jedoch Probleme, das Geld zurück zu bekommen.

5. Sonstiges

Ich möchte an dieser Stelle anmerken, dass Indien kein „einfaches“ Land ist. Obwohl ich mich innerlich darauf vorbereitet hatte, war ich bei meiner Ankunft in Delhi – so wie alle anderen Freiwilligen, die ich getroffen habe – geschockt. Man wird komplett überwältigt von einem Übermaß an Sinneseindrücken. Die vielen Menschen, so viel Verkehr, der Gestank, das ständige Gehupe der Autos und Motorrikschaws, die Hitze und der Dreck machen Delhi sehr gewöhnungsbedürftig. Ist man jedoch offen dafür, kann man sich an all das gewöhnen und lernen, die vielen wundervollen Seiten der Stadt zu sehen. Die Schönheit der Menschen und Gebäude, die bunten Farben, der historische und kulturelle Reichtum und das köstliche Essen machen Delhi zu einem außergewöhnlichen und zauberhaften Ort voller Überraschungen.

Delhi verfügt über ein gut ausgebautes U-Bahn-Netz, mit dem man sich günstig und schnell fortbewegen kann. Man muss sich nur darauf einstellen, dass die Bahnen oft extrem voll sind und Inder keine Scheu vor Körperkontakt haben. Die vorderen zwei Waggons der Metro sind jedoch stets für Frauen reserviert. Um von der Metrostation an den gewünschten Zielort zu kommen muss man meist eine Motor- oder Fahrradrikscha nehmen, da man als Fußgänger im Verkehr Delhis untergeht und es oft keine Gehwege gibt. Als Ausländer muss man häufig mehr bezahlen als Einheimische – dennoch sind auch die Rikschas oder „Tuk Tuks“, wie die Motorrikschas genannte werden, oft ein günstiges Fortbewegungsmittel. Die dritte Möglichkeit des Transports besteht in dem privaten Taxiunternehmen „Uber“ oder seinem indischen Pendant „Ola“. Über eine App kann man einen privaten Fahrer bestellen. Der Preis für die Fahrt wird von der App über GPS

berechnet, sodass man als Ausländer nicht „über's Ohr gehauen“ wird. Für Frauen ist dies außerdem mit das sicherste Fortbewegungsmittel – besonders nachts.

Insgesamt wird einem als Frau abgeraten, alleine als Frau zu reisen. Obwohl ich in Deutschland sehr selbstständig bin habe ich versucht, diesem Rat zu folgen und zumindest nachts nicht unbedingt alleine die Stadt zu erkunden. Nachdem ich mich aber nach einiger Zeit ein bisschen besser in Delhi auskannte, bin ich tagsüber oft allein losgezogen und hatte nie größere Probleme. Es ist ratsam, sich für die Dauer des Aufenthalts eine indische SIM-Karte zuzulegen. Dies ist nicht teuer und ermöglicht einem Telefonate und mobiles Internet, was häufig sehr hilfreich ist. Sei es, um mit Google Maps den Weg zu einem bestimmten Ort zu finden, oder um ein Uber-Taxi zu bestellen.

Das Essen in Indien ist ein Thema für sich. Ich kenne keinen Freiwilligen – inklusive mir, der keinen Durchfall bekommen hat. Das liegt zum einen an den unterschiedlichen Darmbakterien und zum anderen an der mangelnden Hygiene. Zumindest auf den zweiten Punkt hat man einen Einfluss und sollte, wie in jedem Reiseführer empfohlen, sich regelmäßig die Hände waschen und desinfizieren und bei der Nahrung die Regel „boil it, peel it or forget it“ beherzigen. Viele Leute raten einem, komplett die Finger von Street Food zu lassen. Für mich persönlich gehört Essen aber mit zur Kultur eines Landes und die köstlichen Aromen der vielen vielen Essensstände an jedem Straßenrand waren viel zu verlockend, als dass ich sie einfach hätte ignorieren können. Ist das Essen gut durchgekocht oder frittiert - am besten vor den eigenen Augen - kann man auch ohne Probleme Street Food genießen. Man muss sich nur darauf einstellen, dass indisches Essen insgesamt sehr scharf und stark gewürzt ist. Besondere Vorsicht bei Eiswürfeln! Auch gehobene Restaurants verwenden für die Herstellung von Eiswürfeln häufig Leitungswasser. Daher ist man auf der sicheren Seite, wenn man in Indien komplett auf Eiswürfel verzichtet.

6. Was ist tunlichst zu vermeiden?

Statt eine Liste der Dinge aufzustellen, auf die man bei einem Aufenthalt in Indien verzichten sollte, möchte ich lieber daran appellieren, eine offene Haltung einzunehmen. Sehr viele Dinge laufen in Indien anders als wir es in Deutschland gewohnt sind. Beginnend beim chaotischen Verkehr über das Verhalten Fremden gegenüber bis zu der Art und Weise, die Welt zu sehen. Man trifft hier immer wieder auf Überraschungen und fragt sich „Wie kann das sein?“. Jedoch wird man keine Freude haben, wenn man sich nur aufregt und Vergleiche mit dem toporganisierten Deutschland anstellt. Es lässt sich kaum etwas planen in Indien und es kommt meistens anders als gedacht, aber letztlich funktionieren die Dinge doch irgendwie.

7. Fazit

Auf persönlicher Ebene habe ich in Indien zwei Dinge gelernt: Geduld und Dankbarkeit. Geduld habe ich dadurch entwickelt, dass ich häufig in Situationen war, wie ich sie in Punkt 6 angedeutet habe. Man versucht, etwas zu planen, hat unter Umständen sogar eine Bestätigung, aber dann kommt doch alles ganz anders und man muss sich neu einstellen. Seit ich in Indien mit großer Armut und tiefem Elend konfrontiert wurde, empfinde ich unbeschreibliche Dankbarkeit für die Privilegien, die ich in Deutschland genieße. Allein die Tatsache, dass ich als Frau ohne Probleme alleine wohnen und studieren kann und mich ohne Angst frei bewege, erscheint mir nun nicht mehr selbstverständlich. Zudem habe ich mir von den Indern abgeschaut, kleine Dinge wertzuschätzen. Gerade die armen Menschen sind zum Teil enorm kreativ in ihrer Art, wie sie aus dem extrem Wenigen, das sie haben, etwas Wertvolles machen.

Für meine professionelle Orientierung ist mir bewusst geworden, dass der Beruf des Psychologen ein Phänomen der westlichen Welt ist. Ich habe in Indien nur sehr wenige Psychologen getroffen und die wenigen, die es gibt, behandeln ausschließlich Menschen aus der Oberschicht. Dies liegt nur zum Teil an der finanziellen Situation. Der wahrscheinlich gewichtigere Grund ist die Religion. Die ärmere Bevölkerung sieht ihr Schicksal viel mehr vorgeschrieben vom Karma, worunter man im Hinduismus die ausgleichende Kraft versteht, die dafür sorgt, dass jeder das bekommt, was er verdient. Diese Überzeugung führt beispielsweise dazu, dass Krebspatienten ihre Krankheit als eine Art verdiente Strafe betrachten. Es ist enorm schwierig, an dieser Überzeugung mit Argumenten der westlichen Psychologie zu rütteln. Dies hat mich zu Beginn sehr traurig gemacht und ich wurde mir meiner Hilflosigkeit bewusst. Jedoch ist mir dann aufgefallen, dass diese Menschen natürlich auch die Zuwendung und Aufmerksamkeit durch eine neutrale Person genießen.

Für die psychologische Tätigkeit in einem Land wie Indien ist es daher zentral, zuzuhören und zu versuchen, dem Patienten nicht das eigene Wertesystem aufzudrängen. Mir ist klar geworden, dass man auch in Deutschland immer wieder auf Personen trifft, deren Sicht auf die Welt man selbst kaum nachvollziehen kann. Durch meinen Aufenthalt in Indien habe ich gelernt, dass dies dennoch kein Grund dafür sein muss, der Person nicht helfen zu können.

Mein Praktikum in Indien war insgesamt ein wichtiges und sehr bereicherndes Erlebnis. Gerade dadurch, dass es nicht immer einfach war, habe ich sehr viel gelernt. Was das Erlebnis konkret für mein Leben oder meine berufliche Zukunft bedeutet, kann ich zum heutigen Zeitpunkt noch nicht einschätzen. Ich hoffe jedoch, dass ich die Geduld und die Dankbarkeit bewahren kann.

8. Fotos



Nach einem Vortrag in einer Mädchenschule in Neu Delhi



Auf der Krebsstation des AIIMS Hospitals in Neu Delhi